

# Kaszel/przeziębienie (dzieci po ukończeniu 1. roku życia)



**Niniejsza porada jest przeznaczona dla rodziców/opiekunów, którzy po konsultacji lekarskiej wracają z dzieckiem do domu. Lekarz może zalecić inne leczenie, zależnie od stanu Państwa dziecka.**

Kaszel bardzo często występuje u dzieci i na ogół poprawa następuje samoistnie bez specjalnego leczenia, pomimo iż kaszel mija często dopiero po 2-3 tygodniach. Czasami kaszel może rozwinąć się w zakażenie dróg oddechowych. Większość przypadków kaszlu u dzieci (poniżej 5. roku życia) jest spowodowanych infekcjami wirusowymi. U dziecka może występować katar, kaszel lub ból ucha.

## **Do objawów infekcji dróg oddechowych należą:**

- Przedłużająca się gorączka
- Przyspieszony oddech
- Utrudnione oddychanie
- Zaburzenia oddychania uniemożliwiające karmienie (małe dzieci) lub wypowiedanie pełnych zdań (starsze dzieci)
- Ból w klatce piersiowej przy oddychaniu lub kaszlu

## **Leczenie**

Większość dzieci, u których występuje kaszel lub przeziębienie, nie musi przyjmować antybiotyków. Stosowanie antybiotyków rzadko przyspiesza proces zdrowienia, a często powoduje skutki uboczne, takie jak wysypka lub biegunka. Przyczynia się również do rozwoju u dziecka szczepów bakterii odpornych na antybiotyki.

Podanie antybiotyku jest uwzględniane jedynie w sytuacji, kiedy u dziecka występuje wysoka gorączka trwająca co najmniej 24 godziny, przyspieszony i utrudniony oddech. Jeżeli u dziecka występuje świszczący i utrudniony oddech, antybiotyki raczej nie pomogą, natomiast korzystne może być zastosowanie inhalacji.

Dodatkowo, jeżeli występują jakiegokolwiek cechy opisane w polu czerwonym lub żółtym, dziecko musi zostać pilnie zbadane przez specjalistę służby zdrowia, który zdecyduje, czy dziecko może odnieść korzyść z dodatkowego leczenia.

Można złagodzić objawy poprzez:

- Podanie dziecku paracetamolu lub ibuprofenu, jeżeli ma gorączkę i źle się czuje
- Zachęcanie dziecka do picia dużej ilości płynów



Może minąć kilka tygodni, zanim kaszel całkiem ustąpi. Dzieci rzadko odkrztuszają flegmę, mimo to kaszel oczyszcza drogi oddechowe. Jeżeli martwi Państwa, że mimo początkowej poprawy kaszel bardzo się nasila lub nie ustępuje po upływie 4 tygodni, należy umówić się z dzieckiem na wizytę u lekarza rodzinnego. U większości dzieci infekcja dróg oddechowych ustępuje całkowicie bez żadnych trwałych następstw.


## **Profilaktyka**

Nie zawsze jest łatwo uniknąć takich infekcji. Jednakże dobre nawyki higieniczne mogą zapobiec rozprzestrzenianiu się infekcji:

- Częste i dokładne mycie rąk
- Używanie chusteczek podczas kaszlu lub kichania, a następnie wyrzucanie ich do kosza
- Nieużywanie szklanek lub sztućców chorych osób

## Kiedy należy szukać pomocy?

 <p><b>CZERWONY</b></p>	<p><b>Jeżeli u dziecka występuje jakikolwiek z następujących objawów:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Dziecku sinieją wargi</li><li>• Przerwy w oddychaniu lub nieregularny oddech lub zaczyna chrząkać</li><li>• Ciężkie zaburzenia oddychania - dziecko nie daje rady rozmawiać lub jeść/pić</li><li>• Niepokojący odgłos przy wciąganiu powietrza (świst krtaniowy) przez cały czas (nawet, kiedy dziecko nie jest zdenerwowane)</li><li>• Skóra dziecka staje się blada, plamista i zimna w dotyku</li><li>• Dziecko staje się bardzo pobudzone (nie może przestać płakać pomimo prób odwrócenia uwagi), zdezorientowane lub popada w letarg (trudno je obudzić)</li><li>• U dziecka występuje wysypka, która nie ustępuje pod naciskiem ('test szklanki')</li></ul>	<p><b>Jeżeli u dziecka występuje jakikolwiek z następujących objawów:</b></p> <p>Należy udać się do najbliższej szpitalnej izby przyjęć lub zadzwonić pod numer <b>999</b></p>
 <p><b>AMRFD ŻÓŁTY</b></p>	<p><b>Jeżeli u dziecka występuje jakikolwiek z następujących objawów:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Utrudnione/przyspieszone oddychanie lub dziecku ciężko zaczerpnąć oddech - wciąga mięśnie poniżej dolnych żeber, przy szyi lub pomiędzy żebrami</li><li>• Niepokojący odgłos przy wciąganiu powietrza (świst krtaniowy) tylko wtedy, kiedy dziecko jest zdenerwowane)</li><li>• Wydaje się odwodnione (zapadnięte oczy, senność lub nieoddawanie moczu przez 12 godzin)</li><li>• Staje się bardzo senne lub rozdrażnione (nie da się go uspokoić przy pomocy zabawek, bajek, jedzenia lub wzięcia na ręce) - zwłaszcza jeżeli nadal jest nadmiernie senne lub rozdrażnione pomimo spadku gorączki</li><li>• Ma silne dreszcze lub skarży się na ból mięśni</li><li>• Ma gorączkę 38°C lub wyższą przez co najmniej 5 dni</li><li>• Stan dziecka pogarsza się lub budzi Państwa niepokój</li></ul>	<p><b>Należy dzisiaj skontaktować się z lekarzem lub pielęgniarką.</b></p> <p>Proszę zadzwonić do poradni lekarzy rodzinnych lub na numer NHS 111 - <b>111</b></p>

 <b>ZIELONY</b>	Jeżeli nie występują żadne ze zdarzeń z pola czerwonego lub żółtego.	<b>Samoleczenie</b> Należy nadal leczyć dziecko w domu. Jeżeli nadal niepokoi Państwa stan dziecka, proszę skontaktować się z lekarzem rodzinnym lub zadzwonić pod numer NHS 111 – <b>111</b>
---	--	---

Royal Hospital for Children, Glasgow – ostatnia aktualizacja: Listopad 2020

*Adaptowano z witryny [what0-18.nhs.uk](http://what0-18.nhs.uk) za zgodą twórcy, Healthier Together initiative*